

Les Matriochkas*, partir à la redécouverte de son corps en changement

La Roche FR, 31 octobre – 3 novembre 2019



*poupées russes en bois simple

- Contenu**
- › Séance de Qi-gong et de méditation le matin pour la rencontre avec le corps en mouvement en douceur
 - › Art-thérapie pour la découverte des différents personnages intérieurs et pour leur donner vie; donner une expression à la transformation corporelle
 - › Créations centrées sur ces poupées gigognes en bois et la sculpture en plâtre. Les participantes emporteront toutes leurs créations avec elles.
 - › Temps de partage, rencontres et complicité afin de se nourrir de l'expérience autrement

Public cible Femmes de tout âge ayant subi des transformations physiques en raison du cancer

Organisation Ligue genevoise contre le cancer
Véronique Mooser, art-thérapeute indépendante

Animation Véronique Mooser, art-thérapeute diplômée,
Florence Simonet, professeure de Qi-Gong, de méditation et de yoga, écrivaine,
Albertine Michelod, Cuisinière et enseignante en cuisine

L'idée de partager, de créer, de nourrir et de bouger avec ce corps en changement est articulée autour du ressenti et de la ré-appropriation de qui je suis: notre essence change-t-elle quand notre corps change? Les matriochkas permettent la réflexion sur le corps que je montre, puis celui qui est juste sous la peau, jusqu'à l'être profond, intérieur et secret: le moi.

Apprivoiser le corps en changement pour se redécouvrir, se réconcilier avec soi-même afin de se sentir mieux, de vivre mieux et en harmonie avec les changements survenus, pour se connaître avec ses différentes facettes, en faire des richesses et des ressources.

- Lieu** Le Chalet St-Paul à la Roche FR
- Date** Du 31 octobre au 3 novembre 2019
- Heure** Du jeudi dès 16h au dimanche 17h
- Coût** CHF 300.- par personne pour les 3 jours et demi en pension complète avec chambre individuelle.
Les ateliers sont pris en charge par la Ligue contre le cancer.
- Nombre de participants** Groupe de 8 personnes au maximum
- Informations** Ligue genevoise contre le cancer
11, rue Leschot
1205 Genève
Tél. 022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
- Inscription en ligne** www.liguecancer.ch/inscriptioncours
- Délai d'inscription** 4 octobre 2019



Möchten Sie dem schwierigen Alltag für ein paar Tage entkommen? Möchten Sie sich etwas Gutes tun? Gönnen Sie sich eine Auszeit in der freundlichen und ruhigen Umgebung des Klosters Cazis. Während diesen Tagen können Sie sich einmal nur um sich kümmern. Wählen Sie aus dem reichhaltigen Angebot der Dominikanerinnen das für Sie Passende aus oder spazieren Sie einfach nur in der lieblichen Umgebung des Domleschg, um innerlich aufzutanken.

Inhalte	<ul style="list-style-type: none">› Christliche Meditation› Logotherapeutische Impulse als Kraftquelle› Einzelgespräche› kreative Angebote› Möglichkeit zur Teilnahme am Psalmengebet der Schwestern
Zielpublikum	Krebsbetroffene und ihre Angehörigen, Partnerinnen und Partner sowie Freunde, die sich in ruhiger Umgebung erholen möchten.
Organisation	Krebsliga Graubünden und Kloster Cazis
Leitung	Schwester Agnes Brogli und ihre Mitschwestern im Kloster Cazis

Ort	Kloster Cazis GR
Datum	30. Mai–2. Juni 2019
Zeit	Beginn: Donnerstag, 12 Uhr, zum Mittagessen Abschluss: Sonntag, nach dem Mittagessen Es besteht die Möglichkeit, bereits ab Mittwochvormittag anzureisen und/oder den Aufenthalt bis Montagnachmittag zu verlängern. Verfügbarkeit und Preise für zusätzliche Pensionstage auf Anfrage.
Kosten	Drei Übernachtungen inkl. Vollpension und Zwischenverpflegung EZ mit WC/Dusche CHF 340.–; DZ mit WC/Dusche CHF 610.–; EZ mit WC/Dusche auf Etage CHF 295.–; DZ mit WC/Dusche auf Etage CHF 565.– Die Kosten für die Kursleitung übernimmt die Krebsliga.
Teilnehmerzahl	10–14 Personen. Der Kurs kann nur bei einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen durchgeführt werden.
Anmeldung/Information	Krebsliga Graubünden, Ottoplatz 1, Postfach 368, 7001 Chur, Tel. 081 300 50 90, info@krebsliga-gr.ch , www.krebsliga-gr.ch
Anmeldeschluss	30. April 2019